

**ИЗУЧЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ (ДЕВУШКИ) 1-2 КУРСОВ  
ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА СПЕЦИАЛЬНОЙ  
МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

*Шклярова Л.А.*

*УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов  
медицинский университет»*

**Введение.** Одной из задач физического воспитания в вузе является формирование разносторонней физической подготовленности студентов. На

учебных занятиях используется мировой арсенал средств физического воспитания для всестороннего физического развития и физической подготовленности. Будущему врачу для плодотворной деятельности необходима высокая физическая работоспособность

**Цель.** Определить уровень физического здоровья и физической подготовленности студентов 1-2 курсов фармацевтического факультета специальной медицинской группы.

**Методы исследования.** Мы исследовали антропометрические измерения у студентов: рост, рост сидя, вес, частота пульса, частота дыхания, окружность груди, динамометрия. Количество студентов – 9 человек на 1 курсе и 11 человек на 2 курсе фармацевтического факультета специальной медицинской группы.

Физическое здоровье студентов мы рассчитали по формулам: индекс массы тела, жизненный индекс, силовой индекс, проба Руфье-Диксона.

**Результаты и обсуждение.** По таблице оценки уровня физического здоровья мы получили следующие результаты. Уровень физического здоровья 1 курса фармацевтического факультета специальной медицинской группы составил 55,5 % - низкий уровень здоровья и 45,5 % - очень низкий уровень. У студентов 2 курса фармацевтического факультета специальной медицинской группы уровень физического здоровья составил 72,7 % - низкий уровень и 27,3 % - очень низкий уровень. Это опасный уровень, имеется большой риск развития заболевания.

Для определения уровня физической подготовленности студентов в начале учебного года мы принимали контрольные нормативы: челночный бег, прыжки с места, поднимание туловища из положения лежа на спине, бег 60 м, 500 м.

Результаты тестирования отражены в таблице:

Курс	Челночный бег	Прыжки с места	Поднимание туловища из положения лежа	60 м	500 м
1	11.6	165	40	10.5	2.30
2	10.6	178	45.6	10.5	2.06

Из таблицы видно, что студенты 1 курса имеют низкие показатели в челночном беге, подниманию туловища из положения лежа, бег 500 м, что не соответствует зачетным требованиям. Но в таких показателях как прыжок с места, бег 60 м – результаты соответствуют зачетным требованиям

Показатели физической подготовленности студентов 2 курса фармацевтического факультета специальной медицинской группы выше, чем у студентов 1 курса. Наблюдается динамика роста всех показателей, т.к. студенты обучаются второй год и прошли соответствующую физическую подготовку.

**Выводы.** 1. По результатам исследований мы выявили, что уровень физического здоровья у студентов находится на низком уровне. Физическая работоспособность на 1 курсе так же находится на низком уровне.

2. Из полученных данных видна связь уровня физического здоровья студентов и физической подготовленности студентов.

Литература.

1 Разницын А.В. Врачебный контроль за физическим воспитанием и состоянием здоровья студентов. – Гродно, 2002. – 72 с.